Recomendaciones para el Control de Esfínter de las Niñas y los Niños

Centro de Rehabilitación Integral
“Sra. Olivia Miramontes Aguirre"
Área de Psicología. Abril 2020.

No le pregunten a su hija o hijo si tiene ganas de ir al baño, recuérdenle, “vamos, es hora de ir al baño”.

Observen sin acechar, no insistan ni agobien, aprovechen horarios naturales y fáciles.

Paciencia papás, mucha paciencia.

El objetivo de progresar en este proceso es que poco a poco su hija o hijo vaya del “me hice pipí y no me di cuenta”, a, “me estoy haciendo pipí” y por último, “tengo que hacer pipí”, hasta que logre el control y avise en su proceso individual del desarrollo.

Utilicen ropa que permita a la niña o niño que el proceso sea más cómodo y fácil, como pantalones con pretina elástica para fomentar la independencia o los vestidos, está bien quitarles los pantalones si identifican la señal, incluso si su hija o hijo ya tiene la iniciativa de ir solo al baño, sigan recordándole, no esperen que lo haga solo con constancia.

“Nunca te rindas. A veces la última llave es

Recomendaciones en el proceso

Utilicen peluches, muñecas, coches o cualquier juguete que “vea” a su hija o hijo ir al baño, funciona las primeras semanas, los motiva y los hace sentir importantes.

Siempre denle opciones, ya que les otorga cierto control, implica que automáticamente lo que le pida va a suceder, por ejemplo, “¿quieres inodoro o bañito?, ¿quieres hacer pipí o popo?

Tengan un “libro para hacer popó” o dos que guarden en el baño y lea SOLO cuando hace popó. Esto lo motivará a que haya repetición y constancia, se encuentra motivado al leer mientras hace su necesidad.

Respeten la privacidad, a medida que siga yendo y aprendiendo a ir al baño pedirá más privacidad, no se entrometan tanto, pueden estar cerca para ayudarlo o leerle sin centrarse en la acción que hace.

Adopten el hábito de mostrarle a su hija o hijo dónde está en el baño en lugares nuevos o tiendas.

Para promover evacuaciones saludables, asegúrense de que su hija o hijo esté bien hidratado.

Sean creativos e improvisen, lo que funciona hoy puede que mañana no lo haga, inventen cosas.

Puntos adicionales

Si su hija o hijo se enferma tras haber iniciado el entrenamiento del baño, está bien ponerle pañal, ya que puede estar letárgico o en cama y esto no podrá facilitar su aprendizaje y volveremos a iniciar cuando se recupere. En estas circunstancias no es malo regresar al pañal.

Conforme pasa el tiempo es necesario que poco a poco le enseñemos a hacer todo el proceso solo, esto incluye el limpiarse solo y dependerá de cuándo sientan que pueden supervisarlo, deben darle oportunidad de que lo haga como esperamos; apoyen o corroboren que lo haga cada vez mejor.

Al enseñarle a ir al baño, busquemos el progreso, no la perfección.